

# Déménager : réussir son adaptation !



Anne Bersot



Voici un dossier sur l'adaptation lors d'un déménagement. Tout déménagement dans une autre ville, voire dans un autre pays, est un déracinement qui peut déstabiliser et tourner au fiasco, blessant une personne pour longtemps. Changer d'église, de ville, d'école, de climat, de voisins, s'éloigner de ses amis et de sa famille n'est pas chose facile et il faut prendre le problème par le bon bout. Alors comment faire face sereinement ? Comment bien s'intégrer dans son nouvel environnement ? Comment bien s'intégrer à sa nouvelle église ? Et si l'on est épouse de pasteur, comment passer au mieux ce moment délicat de l'arrivée dans une nouvelle assemblée ? Tout un programme ! Bonne lecture, et bonne rentrée à toutes et à tous !

Pendant la prédication, Catherine tapait son mari du coude avec insistance : le pasteur parlait de Jacob qui devait retourner à Charan, la ville où étaient installés son oncle et ses cousins... « c'est pour nous, c'est pour nous ! » Depuis des mois, elle n'aspirait qu'à une chose : retourner dans sa ville d'origine où se trouvaient sa famille et ses amis. Elle avait déménagé là pour suivre son mari qui était muté, mais elle ne s'était jamais faite à sa nouvelle vie. En parlant un jour avec elle, j'avais été sidérée par la manière dont elle prenait les choses : « la ville était moche, elle ne s'était pas fait d'amis à l'église, elle qui servait fidèlement dans son église d'avant ,venait à peine le dimanche matin, à contre coeur, et n'avait aucune intention de faire des efforts pour s'intégrer aux activités de l'église. Elle regrettait ses anciens amis, son ancien centre commercial, son ancienne maison , son ancien travail»...bref à l'écouter, tout était négatif ! Elle avait, dès le début, décrété qu'elle ne s'adapterait pas, et c'est exactement ce qui se passait.

Déménager n'est pas une étape facile, il est nécessaire de prendre les choses à bras le corps, sans se laisser démoraliser, et de s'y préparer moralement pour ne pas sombrer dans l'échec. Personne n'a rien à y gagner : ni la personne elle-même, ni ses proches. Quand on n'a pas d'autre choix que de partir, il faut faire contre mauvaise fortune bon cœur et aller de l'avant, mettant toutes les chances d'adaptation de son côté. J'ai moi-même déménagé de ville en ville et même de continent à continent huit fois ces vingt dernières années, et à chaque fois, ça a été tout un défi, réussi, merci Seigneur. Alors voici quelques conseils pour adoucir le choc du déménagement :

### **1 Prendre ses marques dans son nouvel environnement**

Ça y est, c'est officiel, il va falloir « faire les cartons ». Que ce soit pour

une mutation de travail, ou pour le ministère, c'est tout un défi qui est devant soi. L'emballage des affaires et le déménagement en lui-même ne sont qu'un détail, c'est ce qui est devant qui est plus délicat.

- **Se faire à l'idée qu'une page va tourner** : la vie est faite de pages qui tournent, il ne sert à rien de regretter par avance ce qu'on va laisser derrière, mais se dire que le Seigneur a en réserve d'autres bonnes choses pour nous dans notre nouvelle ville. Merci Seigneur pour les bons moments passés ici, pour les amis, les frères et sœurs, le bel appartement, mais il y aura aussi de bonnes choses après. Il ne faut pas considérer ce départ comme une souffrance potentielle, mais comme une nouvelle belle aventure : pensez à toutes les personnes formidables que vous allez rencontrer, aux belles expériences à venir. Chaque ville, chaque église, chaque quartier a ses bons côtés, et la façon dont on va prendre les choses va conditionner la réussite de l'adaptation : avec les mêmes circonstances, une personne va le vivre bien, une autre va être malheureuse comme les pierres. Voyez les choses du bon côté.

- **Prendre des renseignements sur la ville** : même à distance, on peut obtenir une foule de renseignements. Avec l'internet, l'annuaire téléphonique, un plan, on peut déjà se faire une bonne idée de la ville, de ses activités, des écoles, des quartiers, des loisirs, de son histoire. Certaines églises ont un site internet, il peut être intéressant d'aller le visiter. En arrivant là-bas, vous serez moins perdue.

- Dès que les cartons sont déballés et que le logement est praticable, **commencez à arpenter la ville**, si possible à pied ou en vélo. Repérez les avenues principales, les rues de votre quartier, les magasins. La première chose que je repère en arrivant dans une ville (à part l'école des enfants), c'est le centre commercial où je vais à l'avenir faire les courses (pour une femme, c'est vraiment le centre névralgique !). Au bout de quelques jours, je suis incollable sur

l'emplacement de la pharmacie, du médecin de quartier, du dentiste, de la boulangerie, du supermarché, de la mairie, de la piscine, je connais le quartier comme ma poche et je commence à me sentir chez moi. Ce n'est pas la peine de se morfondre au téléphone avec les amies de votre ancienne ville, c'est ici maintenant chez vous.

**- Présentez-vous à vos nouveaux voisins :** n'attendez pas de les croiser dans la cage d'escalier ou de les rencontrer dans des circonstances agitées (plaintes pour tapage nocturne...) Allez sonner chez eux et présentez-vous, donnez-leur votre numéro de téléphone s'il y a besoin. Ils y seront forcément sensibles, cela facilitera les rapports futurs, et qui sait, si vous êtes ici, c'est peut-être que quelqu'un a besoin d'entendre et de voir votre témoignage de foi.

## **2 S'intégrer dans sa nouvelle église**

Oui, c'est entendu, votre ancien pasteur était le meilleur, l'équipe d'école du dimanche avec laquelle vous travailliez là-bas était idéale, mais dans cette nouvelle église, il y a aussi des gens bien et de belles choses à faire ! Au premier abord, vous n'êtes peut-être pas emballée, mais il y a forcément de bonnes choses à découvrir. C'est votre nouvelle église, mieux vaut partir du bon pied.

**- Présentez-vous à votre nouveau pasteur :** il va voir des têtes nouvelles dans son assemblée, il va vouloir savoir qui vous êtes, alors n'hésitez pas à vous présenter, si possible avec une lettre de recommandation de l'ancien pasteur, ce qui facilitera votre intégration dans les activités de l'église.

**- Allez vers les gens dès le premier jour :** Certaines églises ont un service d'accueil des nouveaux très efficace, mais ce n'est pas le cas partout. Alors n'attendez pas trois mois dans votre coin, pour dire avec amertume : « Bof ! il n'y a pas d'amour dans cette église, j'ai été

mal accueillie ». Prenez l'initiative, repérez des visages sympathiques et dites « bonjour, je m'appelle..., je viens de telle ville, nous venons d'emménager ». Posez des questions sur les activités de l'église, les horaires, les spécificités locales. Demandez s'il y a un prospectus d'accueil avec les numéros de téléphone des responsables, un bottin des membres de l'église, etc.

**-Trouvez rapidement une place dans une activité de l'église**, selon vos disponibilités et vos talents. Si vous ne venez qu'au culte du dimanche matin et que vous restiez dans votre coin sans dire bonjour à personne, il y a peu de chance que vous trouviez votre place et que vous aimiez votre nouvelle assemblée. Faites un effort, la balle est dans votre camp, n'attendez pas tout des autres. Il n'y a rien de tel pour s'intégrer que de faire partie d'une équipe de ménage, de garderie ou d'une chorale...

**- Si vous avez des enfants, rencontrez rapidement les moniteurs d'école du dimanche** et présentez-vous, établissez le contact.

**- Souriez, prenez votre air le plus sympathique** : il n'a rien de tel qu'un visage avenant pour faire des connaissances et s'intégrer. Ne vous plaignez pas, ne critiquez pas. Je me souviens d'une personne qui était arrivée dans notre église avec le visage fermé, sans sourire, critiquant tout (dans son ancienne église c'était tellement mieux !!!!). Chaque église a sa "personnalité", ses façons de faire, c'est à vous de vous adapter à elle, et non le contraire. Cette personne ne s'est jamais intégrée et elle est repartie ailleurs, pensant que ça irait mieux là-bas, mais tant qu'elle ne changera pas d'attitude, où qu'elle aille, son intégration sera compromise.

### **3 Le cas particulier de l'épouse de pasteur**

Le déménagement et le changement d'église sont une épreuve

particulièrement stressante pour les épouses de pasteurs. Celles qui me lisent sauront de quoi je parle. Non seulement il faut s'adapter comme tout le monde à sa nouvelle ville, aux écoles, aux nouveaux voisins, reprendre ses marques, mais en plus, la prise de contact avec la nouvelle église est une épreuve redoutable.

**- Le test de passage :** Même si les gens sont a priori bienveillants à notre égard, et ravis d'avoir une nouvelle famille pastorale qui débarque, c'est un examen de passage terrible. La première prise de contact est très impressionnante et stressante : tout le monde nous regarde, nous détaille de la tête aux pieds. Pendant le premier culte, ça chuchote dur dans notre dos. Nos louanges, nos attitudes, nos paroles sont écoutées avec soin, décortiquées, évaluées : « mais qu'a-t-elle dans le ventre la nouvelle ? ». Nos enfants sont détaillés, questionnés, évalués, et les commentaires vont bon train : « ils ont l'air comme-ci, ils ont l'air comme ça... ». C'est une réaction tout à fait compréhensible, les gens sont curieux de connaître leur nouveau berger et sa famille, mais quel stress !

Immanquablement, ils vont comparer avec la famille pastorale précédente. Certains étaient très attachés au prédécesseur et ont du mal à se faire à l'idée que le berger a changé, d'autres étaient ravis de voir l'ancien pasteur et sa famille partir et attendent tout du nouveau : la barre est haute ! D'autres encore enquêtent : « il paraît qu'ils sont comme-ci et comme-ça ». La pression est énorme et il faut vraiment faire un gros effort pour se confier entièrement en Dieu, rester naturelle et soi-même (respirez un coup, ce n'est qu'un mauvais moment à passer, dans quelques mois, ces gens vous seront familiers et sympatiques).

En quelques semaines, il va falloir mémoriser des centaines de noms et prénoms, les liens de parentés, qui sont les enfants de qui, qui sont les cousins, les anciens, les nouveaux, les responsables de services,

les petites histoires et grandes tragédies que l'on nous raconte entre deux portes...Il y a intérêt à ne pas manquer de phosphore pour tout mémoriser et ne pas faire de gaffe en appelant la soeur Gertrude, Simone! A chaque changement d'église, je me suis fait tout de suite des petites fiches par famille, et de petits arbres généalogiques. En saluant les gens, je prenais soin de prononcer leur nom à voix haute pour les fixer dans ma mémoire (malheureusement, les gens ne portent pas de badge ni de pancarte autour du coup comme à l'école maternelle!!!). Bonjour Madame Untel, bonjour Philippe, Bonjour Mama Kapi. .. Quand les gens font allusion à une histoire qu'ils m'ont racontée entre deux portes alors que quelqu'un d'autre me parlait dans l'oreille gauche, ils seraient trop vexés que je ne m'en souviens pas, alors j'écoute sans rien dire et je souris en acquiescant. Tout le monde est content, et moi, je recollerai les morceaux du puzzle plus tard. Chaque personne est importante et son histoire l'est aussi, alors l'effort vaut la peine d'être fait. Prenez courage, même si le dimanche soir, vous êtes sous "tente à oxygène", dans quelques temps, vous connaîtrez tout le monde. C'est un vrai sujet de prière et il faut compter sur la grâce de Dieu car on sait que les premières impressions qu'on laisse sont fondamentales pour la suite de l'intégration.

Ne soyez pas trop inquiète, cette église sera très différente de la précédente, et les attentes aussi, mais avec la grâce de Dieu, on avance pas à pas, et on entre dans ces nouvelles œuvres. Courage ! Il y a du bon dans toute situation !

**- L'accueil d'une nouvelle famille pastorale :** Si vous accueillez une nouvelle famille pastorale dans votre église, faites tout pour les mettre à l'aise et proposez-leur votre aide. Ne leur sautez pas dessus pour les accabler de vos problèmes, laissez-les arriver. Ils prennent soin des autres toute l'année, alors pour une fois, chouchoutez-les un peu et inversez les rôles : bénissez-les. Ne les jugez pas trop vite, prenez

le temps d'apprendre à les connaître et s'ils vous font une mauvaise impression de départ, ou que vous ayez eu de mauvais échos à leur sujet, laissez-leur une chance de vous montrer à quel point ce sont de bonnes personnes...

C'est vraiment tout un défi de déménager, et il faut être bien préparée et déterminée à s'adapter coûte que coûte. **La réussite de l'adaptation dépendra à 10% des circonstances réelles, et à 90% de la façon dont on prendra les choses...** alors mieux vaut prendre le taureau par les cornes et mettre toutes les chances de notre côté ! L'adaptation, ça se choisit et ça se décide ! Alors à vous de jouer !

Bon emménagement !

Anne Bersot

**Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !**



5 PARTAGES

---

Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. ©

2022 - www.topchretien.com